

Boletín Informativo Mayo 2025

# SALUD MENTAL MATERNA



## TEMAS

---

Características

Síntomas

Factores que influyen

CENTRO PROVINCIAL DE INFORMACIÓN DE  
LAS CIENCIAS MÉDICAS CIEINFUEGOS

---

**Redacción:** Lic. Tania Martínez Ávila  
Lic. Iliana Moreno Caldas

**Edición:** Lic. María Caridad Rodríguez Torres

**Diseño:** Ing. Eliana Varen Caballero

## Salud Mental Materna

La Salud Mental Materna se refiere al bienestar psicológico de las mujeres durante el embarazo y después del parto. Incluye aspectos como la gestión del estrés, la ansiedad, la depresión y otras condiciones relacionadas con el estado emocional de la madre.



La depresión prenatal y posparto son manifestaciones de un trastorno más amplio conocido como depresión perinatal, el cual afecta a mujeres en periodos clave de la maternidad, incluyendo el embarazo y el periodo posterior al parto. Estos episodios depresivos representan un riesgo significativo tanto para la salud de las madres como para el desarrollo de sus hijos e hijas, y son motivo de creciente interés para el cuidado de la salud mental (Stewart, Vigod, 2024).

Comprender cómo se manifiesta la depresión en etapas prenatales y posparto resulta esencial para identificar sus síntomas y aplicar tratamientos adecuados, representa un problema de salud pública a nivel mundial, afectando aproximadamente hasta el 15% de las madres. En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) subraya que la falta de tratamiento adecuado en estos periodos puede tener consecuencias graves en el bienestar de la madre

## Factores que inciden en la Salud Mental Materna



Según World Maternal Mental Health Day, 1 de cada 5 madres primerizas experimenta algún tipo de trastorno de ansiedad y estado de ánimo perinatal (PMAD), es decir, durante el embarazo y el posparto. Estas condiciones suelen pasar desapercibidas si no son tratadas, a menudo tienen consecuencias de largo plazo tanto para la madre como para el niño.

En la etapa del embarazo las mujeres experimentan grandes cambios físicos, hormonales y emocionales los cuales en caso de no recibir oportunamente la atención adecuada pueden impactar en su salud física y mental y afectar su entorno familiar.

Los síntomas de la depresión prenatal y la depresión posparto incluyen una combinación de factores emocionales, cognitivos y físicos.

La depresión prenatal puede caracterizarse por fatiga extrema, alteraciones del sueño, pérdida de interés en actividades diarias y sentimientos persistentes de tristeza o ansiedad. Por otro lado, durante el periodo posparto, además de estos síntomas, algunas madres experimentan sentimientos de inutilidad o culpa extrema, así como dificultades para vincularse emocionalmente con la o el recién nacido lo cual puede afectar su relación con el bebé y sus habilidades de crianza.

Cabe señalar que la intensidad y duración de estos síntomas varían y muchas mujeres pueden experimentar cambios de humor frecuentes y desesperanza, incluso en presencia de apoyo familiar. Debido a esto, reconocer la amplia gama de síntomas y su diferenciación entre los periodos prenatal y posparto es crucial para un diagnóstico oportuno y adecuado.

Es fundamental que las mujeres se mantengan al margen de la angustia, el estrés y la ansiedad durante el embarazo y posparto. En caso contrario es preciso buscar ayuda médica y terapéutica para un desarrollo psicológico sano, así como prevenir los trastornos mentales.

En el cuidado de la salud materna y perinatal es importante incluir la evaluación, atención y seguimiento de la salud mental de la madre, de acuerdo a los protocolos clínicamente establecidos.

## Documentos Consultados

1. Castillo RA. Salud Materna Infantil y salud mental perinatal: Un ámbito de mejora en la sanidad española. Rev. Española de Salud Pública [Internet]. 2024 [citado 5 Abr 2025]; 98(3): [aprox. 6 p.]. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/resp/2024.v98/e202404031/es/>
2. Rojas Maldonado Y, Álvarez C, Coromoto Y, Parra Ramírez MI. Impacto del embarazo en la conducta de adolescentes: análisis de sus implicaciones para la salud mental. Revista.Ethos [Internet]. 2025 [citado 5 Abr 2025]; 16(1): [aprox. 8 p.]. Disponible en: <https://revistaethos.uniojeda.edu.ve/index.php/RevistaEthos/article/view/119/133>
3. Romero Malpartida JJ, Seminario Unzueta RJ, Sánchez Sánchez M. Gestión de la educación sexual para prevenir la morbi-mortalidad materna y lograr bienestar. Gestiones Advanced Journal [Internet]. 2025 [citado 5 Abr de 2025]; 5(1): [aprox. 11 p.]. Disponible en: <https://gestiones.pe/index.php/revista/article/view/94/335>

4. Ruiz Hernández C, Hernández Enríquez FJ, García Acá YE, Cantorán Mora DM, Fernández Martínez SC, Robledo González M. Estudio de salud familiar: Depresión materna en la dinámica familiar. Revista Digital Innovación y Desarrollo Tecnológico [Internet]. 2025 [citado 5 Abr de 2025]; 17(1): [aprox. 12 p.]. Disponible en: [https://iydt.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/12/1\\_47\\_estudio-de-salud-familiar-depresion-materna-en-la-dinamica-familiar\\_.pdf](https://iydt.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/12/1_47_estudio-de-salud-familiar-depresion-materna-en-la-dinamica-familiar_.pdf)
  5. Domínguez Delgado NE, Sánchez Pérez C, Rosas Ramos M. Disfunción familiar, depresión en el embarazo. Rev. Digital Innovación y desarrollo tecnológico [Internet]. 2025 [citado 5 Abril de 2025]; 17(1): [aprox. 9 p.]. Disponible en: [https://iydt.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/12/1\\_02\\_disfuncion-familiar-depresion-en-el-embarazo\\_.pdf](https://iydt.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/12/1_02_disfuncion-familiar-depresion-en-el-embarazo_.pdf)
  6. Paricio del castillo R, Díaz de Neira Hernando M, Cano Linares MA. Derechos humanos en la atención a la salud materno-infantil: la integración de la salud mental perinatal. Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq. [Internet]. 2025 [citado 5 abr de 2025]; 146(44): [aprox. 10 p.]. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0211-57352024000200002&script=sci\\_arttext](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0211-57352024000200002&script=sci_arttext)
  7. Paricio del Castillo R. Salud Materno Infantil y salud mental perinatal: Un ámbito de mejora en la sanidad española. Revista española de salud pública [Internet]. 2024 [citado 5 Abr de 2025]; 98(18): [aprox. 15 p.]. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/resp/2024.v98/e202404031/es/>
- 